

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИВАНОВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР СОЦИАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ «ПРИТЯЖЕНИЕ»

РЕКОМЕНДОВАНО

Председатель НМС

_____ В.А. Жидкова

Протокол № _____

от «___» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ЦСК

«Притяжение»

_____ И.М. Хохлова

Приказ № _____

от «___» _____ 20__ г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Честная игра»
(базовый уровень)**

Направленность: физкультурно-спортивная

Профиль: футбол

Возраст детей: 9-14 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:

Гречин Андрей Геннадиевич,

педагог дополнительного образования

Иваново, 2023

Структура образовательной программы

I. Комплекс основных характеристик

- 1.1. Пояснительная записка-----3-7 стр.
- 1.2. Цель, задачи-----7-8 стр.
- 1.3. Содержание -----8-24 стр.
- 1.4. Планируемые результаты-----24-28 стр.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график-----28 стр.
- 2.2. Условия реализации программы-----28-29 стр.
- 2.3. Формы аттестации-----29-30 стр.
- 2.4. Оценочные материалы-----31-32 стр.
- 2.5. Методические материалы-----32-38 стр.
- 2.6. Список литературы-----38-40 стр.

I. Комплекс основных характеристик

1.1 Пояснительная записка

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»
4. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (ред. От 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»
5. Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 169 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»
6. Национальный Проект «Образование» (Приказ от 24.12.2018 № 16)
7. Федеральный Проект «Успех каждого ребенка» (Приказ от 07.12. 2018 № 3)
8. Федеральный Проект «Патриотическое воспитание» (01.01.2021)
9. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (Приказ Министерства Просвещения РФ от 3 сентября 2019г. № 467)
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3628-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
11. Приказ Минтруда и соцзащиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении стандарта «Педагога дополнительного образования детей и взрослых»
12. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. N ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
13. Методические рекомендации Минобрнауки России по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом особых образовательных потребностей от 29.03.2016 г. № ВК 641/09;
14. Методические рекомендации по реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных технологий от 07.05.2020 г. №ВБ-976/04
15. Локальный акт «Положение о разработке, порядке утверждения, реализации и корректировке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МБУ ДО ЦСК «Притяжение»»

Направленность – физкультурно-спортивная.

Профиль – футбол (мини-футбол).

Актуальность

Концепция развития дополнительного образования до 2023 года в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности ставит приоритетную задачу создания условий для развития командных и игровых видов спорта, способствующих физическому, духовному, интеллектуальному, здоровьесберегающему и патриотическому воспитанию. Футбол является прекрасным педагогическим средством воздействия на подростков. Для развития их интеллектуального, физического, морального здоровья, выявления через занятия в нашем объединении - талантов, а также увлеченность подростков положительно влияет на отвлечение их от улицы и вредных привычек.

Новизна

Образовательный материал программы построен на основе Программы «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся основного общего образования на основе футбола» (под редакцией Н.С. Федченко), рекомендованной экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для использования в образовательном процессе общеобразовательных организаций Российской Федерации.

На основе собственного многолетнего педагогического опыта в содержании программы доработаны комплексность планирования и сочетания упражнений на общую и специальную физическую подготовку с наиболее подходящими к ним для разучивания техническими приёмами.

При организации образовательной деятельности применяются современные информационные технологии. Занятия по футболу включают большой объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование современных информационных технологий позволяет эффективно решать эту проблему. Используя компьютерные технологии в образовательном процессе, занятие становится более интересным, наглядным и динамичным. Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические документы и события, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не

могут быть показаны обучающимся непосредственно, поэтому необходимо использовать различные виды наглядности.

Педагогическая целесообразность

В плане интереса обучающихся, футбол привлекает их ярким эмоциональным окрасом игры и общемировой популярностью данного вида спорта. По разносторонности развивающего воздействия же на организм футбол представляет практически идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств в подростковом возрасте.

Правильно организованные занятия спортом, способствуют совершенствованию всех функций организма, укреплению нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышению сопротивляемости организма к воздействиям окружающей среды.

Технические приёмы, тактические действия и собственно игра в футбол таят в себе большие возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игра в футбол (мини-футбол) формирует типовые навыки социального поведения, специфические системы ценностей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях.

Практическая значимость программы

Футбол — это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Футболом является самым массовым видом спорта в России, им занимается около 3 млн. человек. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания. В местах коллективного отдыха- в парках, на пляжах, в походах, в пионерских лагерях, домах отдыха- футбол является эффективным средством физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. Важное значение придается занятиям футболом в Вооруженных Силах РФ. В программу физического воспитания высших учебных заведений включены факультативные занятия по футболу. Футбол- мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Уровень программы

Программа «Честная игра» рассчитана на четыре года обучения, уровень программы «базовый». Базовый уровень программы предполагает освоение специализированных знаний, создающего общую и целостную картину изучаемого предмета.

Программа базового уровня реализуется в течение четырех лет (216 часов в год), направлена на формирование знаний, умений и навыков базового уровня и предполагает занятия с основным составом детского объединения.

Адресат программы

Возрастные категории: средний подростковый - 9-14 лет.

Объединение посещают как способные, одаренные дети, так и подростки «группы риска», безнадзорные дети со слабым психофизическим развитием, гиперактивные. Педагоги должны осознавать, что дети в этом возрасте чрезвычайно ранимы, они стремятся по-своему строить и развивать отношения со сверстниками. Характер этих отношений может быть самым разным: от крепкой дружбы до принадлежности к одной группе или команде, члены которой обычно бывают одного пола и возраста. Важно, чтобы педагог помог детям:

- выбрать для себя образец для подражания и самим быть примером позитивного поведения;
- обрести ориентиры на будущее, включая продолжение спортивного образования и ответственное отношение к себе и другим;
- развить дружеские отношения между детьми, которые оказывают благотворное влияние и способствуют собственному развитию обучающихся.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы – 4 года.

Продолжительность образовательного процесса – с 1 сентября по 31 мая, 36 учебных недель.

Форма обучения – очная, очно - заочная.

Особенности организации образовательного процесса

Условия набора обучающихся в коллектив - по желанию, по интересам, по возрасту, по способностям, по психологической совместимости. Зачисление в объединение «Футбол» осуществляется при наличии медицинского допуска, заявления от родителей

установленной формы и согласия на обработку персональных данных приложение №2 и №3, свидетельства о рождении и СНИЛСа ребенка.

1.2. Цель, задачи

Цель: создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей обучающихся посредством систематических занятий футболом.

Задачи

личностные:

- формирование культуры общения и поведения в социуме;
- формирование навыков здорового образа жизни.

метапредметные:

- развитие мотивации к занятиям футболом;
- развитие потребности в саморазвитии;
- развитие морально - волевых качеств.

образовательные (предметные):

- приобретение знаний в области физической культуры и спорта;
- обучение навыкам игры в футбол на уровне компетентности.

1.3. Содержание

Учебно-тематической план

1-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во теоретических часов	Кол-во практических часов	Всего	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2	2	4	Реакция на физическую нагрузку

2	Техника паса	2	14	16	Реакция на физическую нагрузку
3	Введение мяча в игру из основных стандартных положений	4	10	14	Оценка физического состояния и самочувствия
4	Тактика игры от нападения:				
4.1	Индивидуальные тактические действия.	4	10	14	Выполнение практических занятий
4.2	Групповые	4	10	14	Оценка физического состояния и самочувствия
4.3	Командные	4	10	14	Оценка физического состояния и самочувствия
5	Тактика игры от защиты:				
5.1	Индивидуальные	4	10	14	Зачет
5.2	Групповые	4	10	14	Реакция на физическую нагрузку
5.3	Командные	4	10	14	Реакция на физическую нагрузку
6	Техника отбора мяча	4	16	20	Оценка физического состояния и

					самочувстви я
7	Техника завершения голевых ситуаций	4	10	14	Выполнение практически х заданий
8	Обманные движения, финты	4	16	20	Выполнение практически х заданий
9	Контрольные игры и соревнования.	4	32	36	Оценка физического состояния и самочувстви я
10	Итоговое занятие	4	4	8	Зачет
	ИТОГО	52	164	216	

2 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во теорети - ческих часов	Кол-во практи- ческих часов	Всег о	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	2	4	Реакция на физическую нагрузку
2.	Совершенствование техники приёма и передачи мяч	4	10	14	Выполнение практических заданий
3.	Выполнение «любимых» приёмов.	4	10	14	Оценка физического состояния и самочувствия
4.	Совершенствование техники ударов по движущемуся мячу.	4	10	14	Выполнение практических заданий

5.	Совершенствование контроля мяча при изменении направления и скорости движения, а также сопротивлении соперника.	4	10	14	Оценка физического состояния и самочувствия
6.	Отработка навыков исполнения штрафных ударов.	4	16	20	Выполнение практических заданий
6.1.	Постановка сильного прямого удара.	4	16	20	Выполнение практических заданий
6.2.	Постановка крученых ударов.	4	16	20	Выполнение практических заданий
7.	Развитие навыков умения обыгрывать соперника один на один с помощью «финта»	4	10	14	Выполнение практических заданий
8.	Совершенствование ударов по мячу головой.				
8.1.	Удар по встречному мячу лбом без прыжка.	4	10	14	Выполнение практических заданий
8.2.	Удар боковой частью головы по мячу, летящему сбоку. Удар головой в прыжке.	4	10	14	Выполнение практических заданий
8.3.		4	10	14	Выполнение практических заданий
9.	Контрольные игры и соревнования	4	32	36	Итоговое место в соревновании, грамота, оценки за игру

10.	Итоговое занятие	2	2	4	Зачет, мониторинг
11.	ИТОГО:	52	164	216	

3-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во теорети- ческих часов	Кол-во практи- ческих часов	Всего	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие	2	2	4	Реакция на физическую нагрузку
2.	Совершенствование техники отбора мяча				
2.1	Индивидуальные действия	2	10	12	Выполнение практических заданий
2.2	Групповые	2	10	12	Выполнение практических заданий
2.3	Командные	2	10	12	Выполнение практических заданий
3	Совершенствование техники передач мяча, паса				
3.1	Индивидуальные действия	2	10	12	Выполнение практических заданий
3.2	Групповые	2	10	12	Выполнение практических заданий
3.3	Командные	2	10	12	Выполнение практических заданий

4.	Введение мяча в игру из основных стандартных положений:				Оценка физического состояния и самочувствия
4.1.	Свободный удар	2	10	12	
4.2	Угловой удар	2	10	12	Выполнение практических заданий
4.3	Штрафной удар	2	10	12	Выполнение практических заданий
4.4.	Аут	2	10	12	Выполнение практических заданий
4.5	Пенальти	2	10	12	Выполнение практических заданий
5.	Совершенствование техники завершения голевых ситуаций	2	10	12	Выполнение практических заданий
6.	Совершенствование обманных движений, финтов	2	10	12	Выполнение практических заданий
7.	Контрольные игры и соревнования.	2	34	36	Итоговое место в соревновании, грамота, оценки за игру
8.	Итоговое занятие	2	6	8	Зачет
	ИТОГО	34	182	216	

4-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во теории	Кол-во практики	Всего	Формы аттестации/контроля
-------	--------------	---------------	-----------------	-------	---------------------------

		- ческих часов	- ческих часов		
1	Вводное занятие	4	4	8	Реакция на физическую нагрузку
2	Совершенствование техники отбора мяча				
2.1	Индивидуальные действия	2	8	10	Выполнение практических заданий
2.2	Групповые	2	8	10	Выполнение практических заданий
2.3	Командные	2	8	10	Выполнение практических заданий
3	Совершенствование техники передач мяча				
3.1	Индивидуальные действия	2	8	10	Выполнение практических заданий
3.2	Групповые	2	8	10	Выполнение практических заданий
3.3	Командные	2	8	10	Выполнение практических заданий
4	Введение мяча в игру из основных стандартных положений:				
4.1.	Свободный удар	2	8	10	Выполнение практических заданий
4.2	Угловой удар	2	8	10	Выполнение практических заданий
4.3	Штрафной удар	2	8	10	Выполнение практических заданий
4.4.	Аут	2	8	10	Выполнение практических заданий
4.5	Пенальти	2	8	10	Выполнение практических заданий
5	Техника игры вратаря	2	10	12	Выполнение практических заданий
6	Совершенствование техники завершения голевых ситуаций	2	10	12	Выполнение практических заданий
7	Совершенствование техники передач мяча	2	10	12	Выполнение практических заданий
8	Обманные движения, финты	2	10	12	Выполнение практических заданий

9	Контрольные игры и соревнования.	4	38	42	Итоговое место в соревновании, грамота, оценки за игру
10	Итоговое занятие	4	4	8	Зачет
	ИТОГО	42	174	216	

Содержание учебно-тематического плана

1-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Содержание теоретического занятия	Содержание практического занятия
1	Вводное занятие	Знакомство с новичками объединения. Анализ летней работы. Разговор с обучающимися о правилах техники безопасности. Общие сведения о футболе, правила соревнований.	Знакомство, подбор партнеров по амплуа. Входной мониторинг.
2	Техника паса	Техника паса отрабатываются в сочетании следующих составляющих: 1. Владение всеми видами ударов. 2. Владение видением поля, игровой ситуации. 3. Владение обманными приемами. 4. Владение точностью ударов.	- Индивидуальное упражнение «Игра в стенку»; - Парные упражнения «Ты – мне, я - тебе»; - Командные упражнения: «Из колонны в колонну», «Квадрат», «Собачки».
3	Введение мяча в игру из основных стандартных положений.	Введение мяча в игру из основных стандартных положений отличается от комбинаций в игровых эпизодах тем, что при их проведении игроки располагаются в заранее обусловленных зонах. 1. Комбинации при начальном ударе имеют цель: удержать мяч в первые, минуты игры для того, чтобы дать возможность своим игрокам вклиниться в защитные порядки противника.	- Отработка стандартных положений: «Из аута», «С углового», «Штрафной удар в обвод стенки», «Пенальти», «Начальный удар»; - Соревнования: «Лучший пенальтист», «Удар от ворот».

		2. Комбинации при ударах от ворот. Они начинаются ударом ногой по неподвижному мячу или из рук, а также путем вбрасывания мяча рукой вратарем своим партнерам. 3. Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии проводятся для удержания командой мяча с последующими игровыми действиями.	
4 4.1	Тактика игры от нападения. Индивидуальные тактические действия.	Под тактикой нападения понимаются действия игроков, направленные на взятие ворот. Индивидуальные тактические действия в нападение – действие без мяча, с мячом основанные на оценке игровой ситуации применение в зависимости от нее техники тактических действий: 1. Действие без мяча. 2. Действие с мячом. 3. Обводка соперника. 4. Остановки (прием) мяча. 5. Удары по воротам.	- Командная игра «Защитники-нападающие»; - Командная игра «Утки-охотники»; - Индивидуальные упражнения: «Удары по мишеням», «Удары в цель».
4.2	Групповые.	Групповые тактические действия применяют при организации обороны. В этих случаях применяют действия 2 - 3 – 4 – х и более игроков. Основные комбинации при взаимодействии двух игроков «стенка», скрещивание, передача в одно касание.	- Групповые упражнения «Квадрат», «Собачки», групповые эстафеты.
4.3	Командные.	Командные тактические действия разделяется на два вида: быстрое и позиционное.	- Командная игра в одни ворота со сменой амплуа; - Комбинации: «Построение стенки», «Скрещивание»; - Передача мяча в движении, в треугольнике.
5 5.1	Тактика игры от защиты. Индивидуальные.	Под тактикой защиты понимаются организованные действия команды, направленные на разрушение атак команды противника и овладение мячом.	Упражнения по отбору мяча: - Парные упражнения «Попробуй, отними», «Атакуй сбоку»; - Командные упражнения: «Учебная игра в двое

		Индивидуальные тактические действия от защиты состоят из противодействия игроку без мяча и с мячом.	ворот», «Создание искусственного положения вне игры»; - Командная игра с установкой: «Персональная опека», «Зонная защита», «Смешанная защита».
5.2	Групповые.	Групповые действия в защите состоят из разрушения комбинаций соперника: страховка, противодействие комбинации стенка, скрещивание, пропуск мяча, создание искусственного положения «вне игры».	Практическая отработка ЗУНов противодействия атакующим игрокам, страховки, положения «офсайд». Игра в футбол с упором на разрушение атак соперника.
5.3	Командные.	Командные тактические действия состоят из применения персональной, зонной, смешанной защиты.	
6	Техника отбора мяча.	При овладении отбором мяча обучаемый обязан: 1. Наблюдать за мячом. 2. Вступать в борьбу за мяч в момент приема его соперником. 3. Правильно выбрать место по отношению к игроку с мячом. 4. Сохранять рациональную дистанцию, правильную стойку и позицию по отношению к воротам. 5. Действовать согласно правилам соревнований.	- Индивидуальные упражнения: «А ну- ка, отними!», «Атакуй сбоку»; - Парные упражнения: «Спорный мяч», «Кто первый», «Догони мяч», «Подкат». Игра в футбол с упором на разрушение атак соперника.
7	Техника завершения голевых ситуаций.	Техника завершения голевых ситуаций направлена на поражение ворот противника. При этом необходимы все навыки, изучаемые в процессе обучения.	- Индивидуальные упражнения «Игра в стенку»; - Парные упражнения «Игра в стенку»; - Групповые упражнения: «Квадрат», «Навес в штрафную», «Навес на дальнюю штангу»; - Учебная игра в двое ворот.
8	Обманные движения, финты		
9	Контрольные игры и соревнования.	Участие в районных и городских турнирах по футболу (мини- футболу).	Итоговое место в соревновании, грамота, возможность участия в следующем этапе турнира более высокого уровня

10	Итоговое занятие.	Итоговая игра с использованием всех приемов, изученных на данном курсе, рефлексия, оценки.	Зачет, мониторинг, подведение итогов, домашние задания и ТБ в летний период.
----	-------------------	--	--

2-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Содержание теоретического занятия	Содержание практического занятия
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Разговор с обучающимися о правилах техники безопасности. Анализ и самоанализ летней работы. Викторина на знание новинок в современном футболе.	Знакомство с новичками. Входной мониторинг. Тесты по набиванию мяча на правой, левой ноге, попеременно на обеих ногах.
2	Совершенствование техники приёма и передачи мяча	Достигается многократным выполнением упражнений у стенки с варьированием расстояния до неё, угла передач, силы удара. Так же в парах на месте и в движении с разной скоростью.	Тренировать передачу можно в одиночку или в паре. Чтобы тренироваться одному, нужно встать с мячом лицом к стене и попытаться выполнить рассмотренную технику передачи. После удара о стену, когда мяч вернётся, ударьте его снова, таким образом будут создаваться разные углы для удара, что позволит хорошо потренироваться. Можно усложнить упражнение и потренировать передачу другой ногой.
3	Выполнение «любимых» приёмов.	Игроки самостоятельно и в парах выполняют свои любимые приёмы. Сначала приём выполняется ведущей ногой затем ведомой. Затем после выполнения приёма следует удар по воротам.	Индивидуальное упражнение «Любимый финт» с последующими ударами по воротам
4	Совершенствование техники ударов по движущемуся мячу.	Техника ударов по движущемуся мячу отрабатывается сначала в парах, затем в тройках (1-бьющий, 2-накатывающий, (партнёр), 3-противодействующий (соперник)). Мяч, по которому производится удар, должен быть встречный, поперечный или уходящий.	-Упражнение в парах по движущемуся мячу «Накат-удар», «В стенку по очереди», «В дерево». Игра в футбол, мини-футбол с упором на атакующие действия.

5	Совершенствование контроля мяча при изменении направления и скорости движения, а также сопротивлении соперника.	В одном цикле упражнений сочетаются несколько видов приемов, выполняемых на высокой скорости и преимущественно в условиях пассивного и активного сопротивления соперника.	-Командное упражнение «Защитники и нападающие», «Квадрат». Игра в футбол, мини-футбол без ворот с упором на разрушение атак соперника.
6	Отработка навыков исполнения штрафных ударов.	Чтобы поставить прямой сильный точный удар по неподвижному мячу, следует выполнять большое количество ударов с максимально возможной силой при условии, что мячи будут направляться в створ ворот. Начинать отрабатывать удары с такого расстояния, с которого практически после всех ударов мячи попадают в створ ворот. Затем постепенно увеличивать расстояние от точки удара до ворот, но каждый раз делать это после того, как игрок добьется стабильной точности попадания в створ ворот с предыдущей дистанции.	-Индивидуальные упражнения «Удары по воротам» с разной дистанции. -Индивидуальные упражнения «Удары с подкруткой», «В дерево». -Парные упражнения «Кто победит?», «В стенку по очереди»
6.1.	Постановка сильного прямого удара.		
6.2.	Постановка крученых ударов.	Чтобы добиться стабильной точности в исполнении крученых ударов, игрокам следует использовать тот же подход, что и при постановке сильного прямого удара. Научившись посылать мяч по крутой дуге, выполнять большое количество крученых ударов, ни в коем случае не снижая силы нанесения ударов и степени вращения мяча. Отрабатываются: 1) Удар с боковым вращением мяча внутренней частью подъема стопы, 2) Удар с боковым вращением внешней частью подъема стопы, 3) Удар с верхним вращением мяча.	Отрабатываются: 1) Удар с боковым вращением мяча внутренней частью подъема стопы, 2) Удар с боковым вращением внешней частью подъема стопы, 3) Удар с верхним вращением мяча.

7	Развитие навыков умения обыгрывать соперника один на один.	Достигается полностью упражнений в парах на ограниченном пространстве. Методика выполнения должна быть такой, чтобы было как можно больше обыгрывшей партнера в единицу времени. Воспитанники обыгрывают соперника как в «любимую» сторону, так и в «нелюбимую».	- Упражнение в парах: «Игра в круге», «Игра в штрафной площадке»; - Практическая отработка «финтов», обводка стоек.
8	Совершенствование ударов по мячу головой.	Для выполнения такого удара достаточно рассчитать место встречи с опускающимся или летящим мячом (мяч должен в момент встречи с игроком находиться на уровне лба). В самый последний момент необходимо резкое движение головой к мячу и удар по мячу лбом. В мгновение, предшествующее удару, ноги должны быть немного согнуты и, стоять одна перед другой.	-Индивидуальные упражнения «У стенки», «Подвесной мяч».
8.1.	Удар по встречному мячу лбом без прыжка.	Чтобы ударить по мячу, летящему сбоку, боковой частью головы, надо выставить дальнюю от мяча и согнутую ногу немного вперед и наклонить в сторону этой ноги туловище. Перед самым ударом выпрямить туловище в сторону мяча и в ту же сторону сделать резкое движение головой, с таким расчетом, чтобы коснуться мяча боковой частью головы.	-Парные упражнения «Тренируем, друг друга», «Мяч в воздухе», «Подача на голову», «По воротам только головой», «Догони и ударь».
8.2.	Удар боковой частью головы по мячу, летящему с боку.	Умение бить по мячу головой в прыжке во многом зависит от умения высоко и вовремя прыгать. Нужно научиться рассчитывать момент нанесения удара по мячу. Удар, наносимый с разбега, сильнее.	-Командные упражнения «Мяч в круге», «С ходу по воротам», «Волейбол головами», «Мяч в круге», «Теннис» через сетку.
8.3.	Удар головой в прыжке.		Сольное жонглирование мяча головой, в парах, тройках, в команде.
			Игра в гандбол с элементами удара головой. Упражнения в парах на отработку навыков удара головой в прыжке.

9	Контрольные игры и соревнования	Участие в городских, областных и региональных соревнованиях по футболу и мини футболу.	Итоговое место в соревновании, грамота, оценки за игру
10	Итоговое занятие	Рефлексия (подведение итогов), оценки за год, перевод воспитанников на следующую ступень обучения.	Зачет, мониторинг, подведение итогов, домашние задания и ТБ в летний период.

3-и год обучения

№ п/п	Тема занятия	Содержание теоретического занятия	Содержание практического занятия
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Разговор с обучающимися о правилах техники безопасности. Анализ и самоанализ летней работы. Викторина на знание тактических схем в современном футболе.	Знакомство с новичками. Входной мониторинг с упором на технические и тактические навыки.
2	Совершенствование техники отбора мяча.	Существует несколько видов отбора мяча: отбор мяча в подкате, игра на опережение, отбор мяча толчком плеча, отбор мяча в выпаде, плассировка	Разбор и исследование ошибок при отборе мяча у начинающих, отработка на практике
2.1	Индивидуальные действия	Отбор мяча толчком плеча позволяет вам оттеснить соперника от мяча и вернуть владение своей команде. При толчке плечом в плечо игрока важно следить за собственными движениями и не позволять сопернику опередить вас даже на полметра, так как это скорее всего позволит ему выиграть эпизод.	1. Упражнения на отбор и опеку: «Зеркальная опека», «Звезда». 2. Действия защитника при отборе мяча 1в 1.
2.2.	Групповые	При игре на опережение вы отбираете мяч у соперника, не дав ему коснуться мяча. Для удачного отбора необходимо постоянно находиться под оптимальным углом по отношению к сопернику и мячу, чтобы контролировать не только своего игрока, но и ключевые зоны. Главным плюсом данного вида отбора мяча является то, что после него вы можете начать контратаку своей команды и	Упражнения подкат с места, подкат в движении, «плечом в плечо»

		довести её до забитого мяча сами или с помощью партнёров.	
2.3.	Командные	Плассировкой в футболе называют удерживание соперника с мячом на удобном расстоянии для себя, чтобы задержать атаку соперника и минимизировать риски при попытке полного обыгрыша соперником. С помощью плассировки защищающийся игрок пытается выловить оптимальный момент для того, чтобы выполнить один из вышеописанных приёмов отбора мяча.	Упражнения «квадрат», «шесть п Основным минусом частого использования плассировки является то, что игрок соперника получает достаточно много времени для принятия решения, и тем самым имеет возможность выбрать идеальный момент для передачи вперёд. Ключевым плюсом частого использования данного манёвра можно назвать то, что часто плассирующегося игрока сложно обыграть 1 в 1, так как он не выбрасывается раньше времени, он находится между игроком с мячом и своими воротами и способен создать немало проблем, даже находясь в численном меньшинстве в своей зоне.
3	Совершенствование техники передач мяча, паса.	Пас в футболе – один из важнейших навыков, несмотря на недооценку его со стороны многих игроков. Взгляните на любую успешную команду, и вы поймете, что ее репутация построена на точных передачах, создающих возможности для гола. Тренировки на пас и остановку мяча могут выглядеть не такими интересными, но именно они залог успешной игры.	Направленное касание – пас – данное упражнение помогает улучшить навыки контроля мяча и точности паса. Пять метров – пас в одно касание – как первое упражнение, но с большим расстоянием между спортсменом и стеной. Пять метров – пас в два касания – это упражнение похоже на предыдущее, но вместо того, чтобы сразу выполнять следующий пас, вы сперва принимаете мяч и готовитесь к пасу.
3.1.	Индивидуальные действия	Выберите точку на стене и старайтесь отправлять мяч именно в это место каждый раз, когда делаете пас. Если мяч летит левее или правее, вам придется прилично побегать, чтобы подготовиться к следующему	Один метр – одно касание – одно из самых простых упражнений на отработку передачи в футболе, но оно очень эффективно.

		удару. Обращайте внимание на силу удара. Если вы ударите по мячу с меньшей силой, чем необходимо, мяч не вернется к вам, и вы потеряете темп. Если же удар будет слишком сильным, вам будет трудно контролировать его при ответном ударе, и вы потеряете ритм.	Индивидуальные упражнения «Игра в стенку»;
3.2.	Групповые	Групповые действия при совершенствовании техники паса отрабатываются в сочетании следующих составляющих: 1. Владение всеми видами ударов; 2. Владение видением всего поля, игровой ситуации; 3. Владение обманными приемами; 4. Владение точностью ударов	Групповые упражнения «Ты – мне, я – тебе» в движении, «квадрат»
3.3.	Командные	Командные действия — это определенные системы ведения игры. Для современного футбола характерно усиление атакующих действий подключением в атаку максимального числа игроков.	Командные упражнения: «Из колонны в колонну»; - Учебная игра «Разыграй лишнего».
4	Введение мяча в игру из основных стандартных положений.	Введение мяча в игру из основных стандартных положений отличается от комбинаций в игровых эпизодах тем, что при их проведении игроки располагаются в заранее обусловленных зонах.	- Командное упражнение: «Накат- удар», «Навес – удар»; - Отработка стандартных положений при подаче углового удара, розыгрыша свободного удара
4.1	Свободный удар	1. Комбинации при свободных ударах выполняются путем розыгрыша мяча и предоставления одному из игроков завершить комбинацию ударом по воротам.	Еще до удара желательно определить, в какую точку ворот вы собираетесь попасть. Встать нужно напротив того угла, куда вы собираетесь бить. Поставить по мячу нужно ниппелем к себе. Если вы бьете точно в ниппель, то мяч благодаря этому летит сильнее и быстрее. Лучше всего бить чуть ниже центра мяча. В этом случае мяч поднимется вверх и затем опустится по нисходящей, что неудобно для вратаря. Если же вы ударите намного ниже центра, то мяч
4.2	Угловой удар	2. В комбинациях при угловых ударах необходимо отправить мяч на дальнюю часть штрафной площадки или на ближнюю штангу для завершения комбинации.	
4.3	Штрафной удар	Если удар по мячу со штрафного наносится с целью навеса, то нужно бить под мяч, что обеспечит ему высокую	

4.4	Аут	траекторию в случае умелого исполнения. Навешать можно и с подкруткой, что усложнит задачу защитникам. Кислому, нередко после навеса со штрафного мяч залетает в ворота либо никого не коснувшись, либо после рикошета от игрока обороняющейся команды. Обхватите мяч обеими руками с двух сторон. Встаньте так, чтобы ваши ступни были обращены в сторону поля, а носки касались боковой линии. Немного выгните спину. Переместите мяч из-за головы вверх и вперед. Согнув ладони вперед, отпустите мяч. Подав мяч из аута, вернитесь на поле, но не касайтесь мяча до того, пока этого не сделает другой игрок.	Обхватите мяч обеими руками с двух сторон. Ваши руки должны располагаться примерно симметрично по бокам мяча: если бы мяч был часовым циферблатом, правая рука показывала бы на 3:00, а левая – на 9:00. При этом слегка сдвиньте руки назад, так чтобы большие пальцы почти касались друг друга позади мяча. Это придаст броску большую силу. полетит слишком высоко.
4.5.	Пенальти	Удар с 11-метрового, штрафного удара состоит из следующих фаз; установка мяча, подготовка к удару, выбор угла, разбег, удар, добивание.	
5	Совершенствование техники завершения голевых ситуаций.	Развивать способность обучающихся реализовывать голевые ситуации с наибольшим процентом забитых мячей.	- Индивидуальные упражнения: «Игра в стенку», «Отработка разных видов ударов с подкруткой»; - Парные упражнения «Игра в стенку»; - Командные упражнения: «Квадрат», игра «В одно касание»; - Учебная игра «В двое ворот».
6	Совершенствование обманных движений, финтов (дистанционно)	Финт «уходом» - технический прием, выполняемый различными способами, основан на принципе неожиданного и быстрого изменения направления движения. В подготовительной фазе игрок своими действиями показывает, что намерен уйти с мячом от противника в избранном направлении. Перемещаясь, противник пытается перекрыть зону предполагаемого прохода. Но в	«Уход» с переносом ноги через мяч. Финт применяется преимущественно при атаке сзади. Игрок, владеющий мячом, подготовительными действиями показывает, что намерен уйти в сторону (например, влево). Он поворачивает туловище налево, переносит правую ногу с крестно через мяч и делает выпад влево. Противник, атакующий сзади, не видит

		фазе реализации, быстро меняя направление движения, игрок уходит с мячом в противоположную сторону	мяча. Он реагирует на это движение и также делает выпад влево. В этот момент игрок с мячом быстро поворачивается направо, посылает мяч внешней частью подъёма вперед, и затем следуют дальнейшие действия 15 согласно игровой ситуации. Финт «ударом» по мячу ногой.
7	Контрольные игры и соревнования.	Участие в городских, областных, региональных, всероссийских турнирах по футболу (мини - футболу).	Итоговое место в соревновании, грамота, возможность участия в следующем этапе турнира более высокого уровня
8	Итоговое занятие.	Рефлексия (подведение итогов), оценки за год, итоговые оценки.	Зачет, мониторинг

4 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Содержание теоретического занятия	Содержание практического занятия
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Разговор с обучающимися о правилах техники безопасности. Анализ и самоанализ летней работы. Викторина на знание тактических схем в современном футболе.	Знакомство с новичками. Входной мониторинг с упором на технические и тактические навыки.
2. 2.1	Совершенствование техники отбора мяча. Индивидуальные действия	При овладении отбора мяча обучаемый воспитанник обязан: 1. Наблюдать за мячом; 2. Вступать в борьбу за мяч в момент приема его соперником; 3. Правильно выбрать место по отношению к игроку с мячом; 4. Сохранять рациональную дистанцию, правильную стойку и позицию по отношению к воротам; 5. Действовать согласно правилам соревнований.	1. Упражнения на отбор и опеку: «Зеркальная опека», «Звезда». 2. Действия защитника при отборе мяча 1в 1.
2.2.	Групповые	Отбор мяча в покате, игра на опережение, отбор мяча толчком плеча, отбор мяча в выпаде.	Упражнения подкат с места, подкат в движении, «плечом в плечо»
2.3.	Командные	Плассировка, командное держание и отбор мяча, «скрещивание».	Упражнения «квадрат», «шесть передач»

3.	Совершенствование техники передач мяча, паса.	Техника паса и ее совершенствование отрабатываются в сочетании следующих составляющих:	Индивидуальные упражнения «Игра в стенку»;
3.1.	Индивидуальные действия	1. Владение всеми видами ударов; 2. Владение видением всего поля, игровой ситуации; 3. Владение обманными приемами; 4. Владение точностью ударов.	
3.2.	Групповые	Групповые действия при совершенствовании техники паса отрабатываются в сочетании следующих составляющих: 1. Владение всеми видами ударов; 2. Владение видением всего поля, игровой ситуации; 3. Владение обманными приемами; 4. Владение точностью ударов	Групповые упражнения «Ты – мне, я – тебе» в движении, «квадрат»
3.3.	Командные	Командные действия — это определенные системы ведения игры. Для современного футбола характерно усиление атакующих действий подключением в атаку максимального числа игроков.	Командные упражнения: «Из колонны в колонну»; - Учебная игра «Разыграй лишнего».
4	Введение мяча в игру из основных стандартных положений.	Введение мяча в игру из основных стандартных положений отличается от комбинаций в игровых эпизодах тем, что при их проведении игроки располагаются в заранее обусловленных зонах.	- упражнение: «Накат- удар», «Навес – удар»; - Отработка стандартных положений при подаче углового удара, розыгрыша свободного удара.
4.1	Свободный удар	Комбинации при свободных ударах выполняются путем розыгрыша мяча и предоставления одному из игроков завершить комбинацию ударом по воротам.	- Командное упражнение: «Накат- удар», «Навес – удар»; - Отработка стандартных
4.2.	Угловой удар	В комбинациях при угловых ударах необходимо отправить мяч на дальнюю часть штрафной площадки или на ближнюю штангу для завершения комбинации.	- Отработка стандартных положений при подаче угловых ударов в три зоны: зону ближней штанги, центральную зону, зону дальней штанги.
4.3.	Штрафной удар	При штрафном ударе вдалеке от ворот соперника мяч как правило разыгрывается, в редких случаях	- упражнение: «Накат- удар», «Навес – удар»; отработка штрафных ударов прямым

		применяется длинная, навесная передача «по диагонали» к воротам партнеру по команде. Штрафной удар вблизи от ворот соперника можно пробить разными способами: прямым сильным ударом по мячу подъёмом стопы, обводящим стенку ударом «щечкой», обводящим ударом «сухой лист», и др. Так же применяются заранее подготовленные розыгрыши штрафных ударов, так называемые «домашние заготовки».	сильным ударом по мячу подъёмом стопы, обводящим стенку ударом «щечкой», обводящим ударом «сухой лист». Розыгрыши штрафных ударов через пас на 3-го и на 4-го партнера.
4.4.	Аут	Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии проводятся для удержания командой мяча с последующими игровыми действиями. В момент вбрасывания игрок находится лицом к полю, часть его ступней находится либо на боковой линии, либо на земле за пределами боковой линии.	Отработка вбрасывания мяча из аута обеими руками движением из-за головы на короткие и длинные расстояния, отработка вбрасывания мяча из аута на партнера по верху и в ноги.
4.5.	Пенальти	Пенальти — это мера наказания за нарушение в штрафной площади, которое реализуется пробитием штрафного удара с одиннадцатиметровой отметки по центру ворот. Есть целый свод определенных правил по поводу того, как правильно забить пенальти. Если не вдаваться в подробности и разные нюансы, то основные правила звучат так: мяч устанавливается на специальной одиннадцатиметровой точке; пенальти пробивать может только один игрок, во время пробития пенальти в штрафной должен находиться лишь вратарь и бьющий игрок; во время удара вратарь ногами должен находиться на линии штрафной;	Отработку техники исполнения 11-метрового штрафного удара можно разделить на 4 фазы: 1. предварительная фаза — разбег. Величина разбега, его скорость определяются индивидуальными особенностям футболистов и тактическими задачами. 2. Подготовительная фаза — замах ударной и постановка опорной ноги. 3. Рабочая фаза — ударное движение и проводка. Ударное движение начинается в момент постановки опорной ноги с активного сгибания бедра. 4. Завершающая фаза — принятие исходного положения для следующего движения

5	Техника игры вратаря	Вратарь - единственный игрок в команде, которому правилами разрешено играть руками в пределах штрафной площадки, т.е. его функции во многом специфичны по отношению к другим амплуа футболистов. Игра вратаря за последние годы претерпела значительные изменения. Если раньше от него, в основном, требовалось отличная игра непосредственно в воротах, то теперь этого недостаточно. В частности, А.М. Акимов [1, 2] говорит, что с ростом класса футбола диапазон действий вратарей значительно расширился. В настоящее время вратарь обязан умело действовать не только в районе штрафной площадки, но и за ее пределами, выполняя функции защитников. С изменениями правил вратарю необходимо умение точно сыграть в пас с полевым игроком.	Упражнения для вратарей: «Ловля катящегося мяча снизу», «Ловля катящегося мяча в приседе», «Ловля мяча сбоку», «Ловля мяча в падении (без фазы полёта)», «Ловля мяча в падении (с фазой полёта)», «Отбивание мяча кулаком (ударом от плеча)», «Отбивание мяча двумя кулаками», «Броски мяча», «Перевод мяча»,
6	Совершенствование техники завершения голевых ситуаций.	Развивать способность обучающихся реализовывать голевые ситуации с наибольшим процентом забитых мячей.	- Индивидуальные упражнения: «Игра в стенку», «Отработка разных видов ударов с подкруткой»; - Парные упражнения «Игра в стенку»; - Командные упражнения: «Квадрат», игра «В одно касание»; - Учебная игра «В двое ворот».
7	Совершенствование техники передач мяча	Передачи мяча в футболе классифицируются: 1. по дистанции, 2. направлению, 3. траектории полета мяча, 4. по способу исполнения. 1. Коротким считается пас на 5-10 метров, средней является передача на 10-20 метров, длинный пас – свыше 20 метров. 2. по направлению различают продольные, поперечные, диагональные передачи мяча	Достигается многократным выполнением упражнений у стенки с варьированием расстояния до неё, угла передач, силы удара. Так же в парах на месте и в движении с разной скоростью. Индивидуальное упражнение «У стенки», парные упражнения «Ты – мне, я – тебе» в движении.

		3. по траектории полета мяча различают низкие, средние, высокие передачи. 4. по способу исполнения различают передачи мяча «щечкой», подъёмом стопы, пяткой, носком, «шведой».	
8	Обманные движения, финты	Финт в переводе с итальянского означает “притворство”, “выдумка”, в теории спорта используется как синоним выражения “обманное движение”. Финты применяют с целью преодоления сопротивления соперника и создания благоприятных условий для дальнейшего ведения игры. Обманные движения относятся к тем приемам техники, использование которых практически всегда предполагает вступление в единоборство с противником. Эффективное применение финтов способствует успешному решению многих тактических задач. Подготовительная фаза – фаза обманного движения, на которой производится инсценировка обманных действий, которая направлена на вызов ответной реакции соперника для противодействий. Фаза реализации – фаза обманного движения, на которой проявляются истинные намерения футболиста после реакции соперника на обманное действие.	Финт «ложный замах на удар», Финт «ложная остановка», Финт «подбрось мяч», Финт «показ корпусом». Финт «выпад в сторону».
9	Контрольные игры и соревнования.	Участие в городских, областных, региональных, всероссийских турнирах по футболу (мини - футболу).	Итоговое место в соревновании, грамота, возможность участия в следующем этапе турнира более высокого уровня
10	Итоговое занятие	Рефлексия (подведение итогов), оценки за год, итоговые оценки.	Зачет, мониторинг

1.4. Планируемые результаты

Личностные:

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России.

Метапредметные:

- формирование ценностно-ориентированного отношения к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развитие способности к синтезу и анализу;
- формирование умения самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования;
- формирование чувства патриотизма;
- формирование чувства коллективизма, товарищества; умения работать в команде.
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Предметные:

Первый год обучения:

- знание техники перемещения игроков на поле;
- знание техники выполнения остановки, передачи мяча внутренней стороной стопы низом;
- знание техники верхней передачи мяча внутренней стороной стопы верхом, чеканку мяча на ноге;
- выполнение групповых взаимодействий;
- выполнение упражнений для отработки обманных движений, финтов и обыгрывания.

второй год обучения:

- знание техники перемещения игроков на поле;
- знание техники выполнения остановки, передачи мяча внутренней стороной стопы низом;
- знание техники верхней передачи мяча внутренней стороной стопы верхом, чеканку мяча на ноге;
- выполнение групповых взаимодействий;
- выполнение нормативов ОФП;
- выполнение упражнений для отработки обманных движений, финтов и обыгрывания;
- знание выполнения передачи мяча в одно касание;
- выполнение удара по катящемуся мячу, выполнение удара головой.

Третий и четвертый год обучения:

- знание и владение техникой приема и передачи мяча;
- знание и владение техникой ударов по движущемуся мячу;
- владение техникой ударов по мячу головой;
- владение групповыми взаимодействиями;
- выполнение нормативов ОФП;
- владение техникой контроля мяча;
- владение техникой завершения атак с помощью фланговых передач;
- знание элементов судейства футбола.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель - 36

Количество учебных часов-216

2.2. Условия реализации

Одним из условий успешной организации учебно - тренировочных занятий объединения является наличие футбольного поля, мини-футбольной площадки, спортивного зала и учебного кабинета с простейшим подсобным инвентарем и оборудованием:

- переносные футбольные ворота;
- мячи футбольные № 5, № 4, № 3;
- стойки для обводки;
- спортивный инвентарь, спортивные маты, лавочки, волейбольная сетка (для игры в «Американку»), шведская стенка, спортивный турник, перекладины;
- волейбольный мяч (для игры в ручной мяч с ударами по воротам головой);
- настольные спортивные игры (футбол, хоккей, шахматы);
- компьютер, игровые приставки для теоретической подготовки;
- дидактический материал: инструкции по технике безопасности, плакаты, наглядные материалы, таблицы, учебная литература.

Информационное обеспечение

Сайт ЦСК «Притяжение», сайт педагога ЦСК «Притяжение» Гречина А.Г. ДЮФК «Дюцовец» <https://straumedet.wixsite.com/ducovec>, родительские группы в мессенджере «Вайбер», страничка педагога в социальной сети «Одноклассники», электронная почта педагога straumedet@yadex.ru

Кадровое обеспечение

Гречин Андрей Геннадьевич – педагог дополнительного образования ЦСК «Притяжение» высшей категории.

2.3 Формы аттестации

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы осуществляются согласно «Положения о формах, периодичности, системе оценок и порядке текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБУ ДО ЦСК «Притяжение».

Программой предусмотрены промежуточные опросы для закрепления теоретического и практического материала, в том числе и в электронной форме, а также выполнение интерактивных заданий на платформах как элемент аттестации по различным разделам общеразвивающей программы.

Формы аттестации и контроля

- тестирование;
- контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки;
- результативность товарищеских игр и соревнований;
- участие в городском этапе турнира по футболу «Кожаный мяч»;
- подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май).

Мониторинг проводится по следующим критериям:

- сохранность контингента;
- выполнение контрольно-переводных нормативов, соответствующих этапу и году обучения;
- результативность участия в соревнованиях обучающимися;
- состояние здоровья обучающихся;
- подготовка спортсменов высокого класса.

Ожидаемые результаты:

- обучающиеся овладели техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол;
- знают об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- знают о физических качествах и правилах их тестирования;
- знают основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- умеют организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с

группой товарищей;

- умеют организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

Формы подведения итогов реализации

дополнительной образовательной программы:

- тестирование;
- контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки;
- результативность товарищеских игр и соревнований;
- участие в школьном этапе «Школьная спортивная лига»;
- подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май).

Диагностика

Личности ребенка:

Формирование самооценки через проведение психологических тестов, сдача нормативов по общефизической подготовке, сдача норм ГТО, формирование портфолио личностных достижений ребенка.

2.4 Оценочные материалы

В сентябре и мае месяце проводятся итоговые срезы (тесты) спортивных достижений, целью которых является отследить уровень учебных достижений обучающихся по отдельным двигательным качествам. Тесты носят комплексный характер, так как включают материал ключевых тем, изучаемых по программе.

Педагог оценивает и записывает выполнение тестовых заданий каждым обучающимся на занятии, заносит в журнал учета спортивных достижений, отмечая знаками “+”, “-” , и заносит результат в дневник обучающегося “Мои спортивные достижения”. Цель ведения дневника выявлять своевременно насколько ребенок продвинулся в своем развитии. Дневники помогают систематизировать действия педагога по оцениванию учебных достижений обучающегося, реализовать на практике ряд общедидактических принципов, привлечь родителей к решению образовательных задач.

Описанный способ оценивания тестовых результатов позволяет решать не только проблемы дифференциации и индивидуализации в процессе обучения, но и проблемы личностно – деятельностного подхода в обучении.

Желаемым результатом реализации технологии оценивания учебных достижений является обучающийся, который становится полноправным участником образовательного процесса.

В журнале учета спортивных достижений видны результаты тестовых заданий, выполненные обучающимся в процессе обучения. Такой документ имеет четкую структуру. Каждый раздел разделен на две графы, которые позволяют записать результаты тестов выполнения заданий в сентябре и мае месяце и позволяют на конец учебного года видеть спортивные результаты ученика. В конце учебного года педагог строит графики, диаграммы, сводные таблицы успешности продвижения обучающегося в своих достижениях.

Листы индивидуальных достижений, обучающихся предназначены для обучающегося и заполняются им совместно с педагогом. С помощью этих листов дети сами отслеживают свои результаты.

В книге наблюдений педагог фиксирует результаты наблюдений за обучающимися, которые он делает в течение учебного года. Такая информация необходима для определения характера взаимоотношений между родителями и педагогом, между родителями и детьми. В начале учебного года проводится консультация для родителей и детей по поводу ведения дневника.

Родители получают поручение наблюдать за своими детьми, установить круг его знакомых, их интересы, стиль общения, а затем использовать полученные результаты для решения задач воспитания и обучения. Некоторые скрытные дети в школе совсем по-другому проявляют себя в своем кругу общения. Эти наблюдения помогут выявить лидеров среди обучающихся и решать проблемы, связанные с установлением добрососедских отношений внутри детского коллектива.

2.5 Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса– очно - заочно.

Методы обучения

Словесные методы:

- объяснение;
- рассказ;
- замечание;

- команды;
- указания.

Наглядные методы:

- показ упражнения;
- показ наглядных пособий, видеофильмов.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей обучающихся.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Педагогические технологии

Название	Цель	Сущность	Механизм
Технология проблемного обучения	Развитие познавательной активности обучающихся	Последовательное и целенаправленное выдвижение перед обучающимися познавательных учебных задач, решая которые дети активно осваивают знания и опыт познавательной деятельности	Проблемно-поисковый метод

Технология развивающего обучения	Развитие всей совокупности качеств и способностей личности	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности ребенка и их реализации	Вовлечение обучающихся в различные виды деятельности
Технология игрового обучения	Обеспечение личностно-деятельностного характера усвоения образовательного материала. Усиление здоровьесберегающего аспекта обучения и воспитания	В основу положена педагогическая игра как вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта. Самостоятельная познавательная деятельность, направленная на поиск, обработку и освоение информации, обеспечивающей успех в игре	Игровые ситуации, решение ситуативных задач
Технология личностно-ориентированного обучения	Развитие индивидуальных особенностей на пути социального и профессионального самоопределения обучающихся. Максимальная реализация возможностей каждого ребенка	Организация образовательной деятельности, позволяющей раскрыть субъективный опыт каждого ребенка. Сочетание эмоционально-значимой престижной для обучающихся познавательной, продуктивной деятельности с нормативно-сообразной.	Методы самообразования и саморазвития
Технология творческой деятельности	Выявление и развитие творческих способностей детей, и приобщение их к	Организация совместной деятельности педагога и обучающихся, при которой все члены коллектива	Методика проектной деятельности, диалог,

	творческой деятельности с выходом на конкретный продукт (победа на соревнованиях). Воспитание общественно-активной творческой личности, организация социального творчества	участвуют в планировании, подготовке, проведении и анализе любого дела. Социальная направленность деятельности детей и взрослых.	речевое общение равноправных партнеров
Технология «Педагогика сотрудничества»	Переход от педагогики требований к педагогике сотрудничества. Гуманно-личностный подход к ребенку	Организация учебного процесса на основе отношения к обучающемуся, как к субъекту учебной деятельности. Основной принцип – совместная развивающая деятельность взрослых и детей.	Творческие, игровые, проблемно-поисковые, диалогические методы
Групповые технологии	Развитие взаимной ответственности, способности обучаться в силу своих возможностей при поддержке своих товарищей. Реализация потребности в расширении информационной базы	Построение обучения через групповые формы занятий. Организация совместной деятельности обучающихся, при которой все члены коллектива участвуют в планировании, подготовке, проведении и анализе любого дела.	Дискуссия, групповой опрос, интегрированные занятия, методы проблемного обучения, взаимоконтроль, взаимопроверка, взаимное обучение
Технология дифференциро	Создание максимальных условий для выявления задатков	Усвоение программного материала на различных уровнях с учетом возрастных	Методы индивидуального обучения,

ванного обучения	и развития интересов и способностей каждого обучающегося	и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики предмета на основе активности, самостоятельности, общения детей.	самостоятельной работы, взаимопроверки
------------------	--	---	--

Алгоритм учебного занятия

Занятие может быть как групповым, так и индивидуальным.

Требования, предъявляемые к занятиям футболом:

- Обучение или совершенствование должно осуществляться с первой минуты занятия.
- Следует всячески избегать методических шаблонов.
- Строить занятия с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.
- Воздействие тренировки должно быть всесторонним (оздоровительным, образовательным, воспитательным).
- Задачи тренировки должны быть конкретными.
- Больше трех задач в тренировке не ставить.
- Подготовительная часть тренировки должна занимать 10-20% времени.
- Основная - 70-80% времени.
- Заключительная – 5-10% времени.
- Важным условием прочного усвоения учебного материала является правильно построенное тренировочное занятие.
- Если на первом этапе, в основном, проводятся комплексные тренировки, то на следующих этапах все большее значение имеют специализированные.

Специализированная тренировка более узка по содержанию, но целенаправленнее. Проводится чаще всего тогда, когда трудно организовать или когда методически нецелесообразно объединять физическую, техническую и тактическую подготовку, а также в случаях, когда необходимо целенаправленное воздействие на отдельные функциональные системы. Специализированное занятие может носить чисто теоретический характер и проводиться в форме лекции, беседы, показа кинофильмов.

Примерный план (структура) тренировочного занятия

Подготовительная часть

Цель: организация и подготовка обучающихся к последующей деятельности.

Задачи:

1. Организация группы для занятия, мобилизация внимания, регулирование эмоциональным состоянием обучающихся.
2. Подготовка двигательного аппарата, нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма к повышенной деятельности.

Средства: построение, ходьба различными способами с изменением темпа в сочетании с движениями руками и туловищем, умеренный бег, бег с ускорением, прыжками, упражнения на внимание, общеразвивающие упражнения, подвижные игры.

Продолжительность: 10-20% общего времени занятия.

Методические указания: в начале занятия необходимо коротко и ясно объяснить его задачи, это повышает сознательность и активность обучающихся. Содержание первой части должно находиться в тесной связи с направленностью основной его части.

Чтобы занятие было более эффективным, в подготовительной части необходимо проводить упражнения без больших пауз; чередовать их так, чтобы воздействовать на различные группы мышц, менять характер выполнения (упражнения, направленные на развитие силы, - с упражнениями на растягивание и расслабление; упражнения медленные и плавные - с упражнениями быстрыми), амплитуду.

Подготовительная часть тренировки решает две задачи: разогревание и настройка.

Разогревание - способствует раскрытию кровеносных капилляров, обслуживающих мышечную массу. Понижается вязкость мышц. Повышается температура тела и вместе с этим возбудимость дыхательного центра. Повышается нервно-рефлекторная связь с мышцами. Есть мнение, что разогревание должно протекать до потоотделения. Начинаем с упражнений, которые охватывают мелкие группы мышц, а затем и крупные. Используем упражнения умеренной мощности, непродолжительные.

Настройка - решает задачу нервно-координационной настройки (повышая тонус ЦНС), психологической подготовки на предстоящую деятельность, увеличивает обменные процессы.

Общая продолжительность разминки – 10-15 мин.

Чем выше уровень мастерства, тем продолжительнее разминка.

Основной ориентир времени разминки — температура окружающей среды:

+ 8 = разминка 12—13 мин;

+ 10 = ->- 9 мин;

+ 14 = -»- 6 мин;

+ 16 = -»- 5 мин.

Основная часть

Цель: обучение специальным знаниям; освоение двигательных умений; развитие физических качеств.

Задачи:

1. Повышение уровня физического развития и подготовленности занимающихся.
2. Воспитание моральных и волевых качеств, подготовка организма к повышенным напряжениям.
3. Овладение техникой и тактикой игры.

Средства: упражнения по технике и тактике игры; упражнения для работы над физическими качествами.

Продолжительность: 70-80% времени, отведенного на занятие.

Методические указания: продолжительность и построение этой части занятия зависят от ее задач, подготовленности занимающихся, условий проведения занятия. Основная часть может состоять из двух разделов:

Изучение и совершенствование техники и тактики игры с помощью специальных упражнений. Развитие физических качеств.

Закрепление изучаемого материала в двусторонних играх.

Однако отдельные занятия можно строить и на основе одного из этих разделов.

Заключительная часть.

Цель: завершение занятия.

Задачи:

1. Создание условий для более быстрого протекания процессов восстановления. Совершенствование технических приемов в условиях утомления.
2. Подготовка к последующей деятельности (после занятия).
3. Подведение итогов занятия.

Заключительная часть - главная задача - восстановление. Если сразу остановиться, то мы способствуем закрытию капилляров и тем самым прекращаем доступ кислорода к работавшим и закислившимся мышцам. Пульс должен быть не выше 130 уд./мин.

Можно проводить и подчистку какого-либо элемента. Если в основной части была большая нагрузка, то подвижные игры в заключительной части давать нельзя. Если была монотонная работа - можно.

Средства: медленная ходьба и бег, строевые упражнения и упражнения на внимание и расслабление, упражнения в отдельных приемах игры, разбор ошибок и замечаний по

занятию.

Продолжительность: 5-10% общего времени занятия.

Дидактический материал

Альбомы, карты, таблицы с элементами технической, тактической, физической подготовки. Наглядные пособия с разнообразными упражнениями в парах, в тройках, в четверках, индивидуальные и другие упражнения и домашние задания. Технологические карты и таблицы с примерным планом футбольной тренировки для детей 8-9 лет, 10-12 лет. Методические пособия с комплексами упражнений: без мяча для развития ловкости, силовых упражнений, упражнений для вратарей, для развития гибкости и другие.

2.6 Список литературы

Литература для педагогов

Босоногов, А.Г. Футбол: Учебно-методическое пособие/ А.Г. Босоногов, Н.А. Стаин. – Екатеринбург: Спорт, 2011. - 112 с.

Вениаминов, Н.К. История футбола/ Н.К. Вениаминов. – Москва: Просвещение, 2011. – 264 с.

Герасимов, Е.В. Футбол в России/ Е.В. Герасимов. – Москва: Валея. – СПб., 2012. – 306 с.

Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом/ С.В. Голомазов. - Москва: Наука, 2012. - 128 с.

Голомазов, С.В. Футбол. Азбука пенальти. ВШТ, Выпуск 10/ С.В. Голомазов. - Москва: РГАФК, 2012. – 104 с.

Зепп С.А. Три ракурса футбола: невероятные выводы как следствие очевидных доводов [Электронный ресурс]: интернет портал//www.footballguru.org/

Каменов В.И. Чёткая ставка. Лига чемпионов и Лига Европы [Электронный ресурс]: интернет портал//footballhd.ru/articles/

Рязанов, К.Б. Особенности футбольной игры/ К.Б. Рязанов. – Москва: Наука, 2010. – 450 с.

Столяров, В.И. Комплексная оценка гуманистического значения детского спорта/ В.И. Столяров. - Москва: Детский тренер, 2012. - 105 с.

Футбол в России/под ред. А.Э. Новоселова. – Москва: Валея, 2012. – 3015 с.

Литература для детей и родителей

Горлова Д.В. Журнал «Футбол класс», 2015г.

Данильчук, Е.А. Спортивные игры в школе/ Е.А. Данильчук. – Москва: Высшая школа, 2014. – 320 с.

Горюнов, В.М. Сравнительная характеристика влияния на организм физических упражнений/ В.М. Горюнов. - Москва: Детский тренер, 2014. - 128 с.

Чирва, Б.Г. Футбол. Техника ударов для начинающих/Б.Г. Чирва, С.В. Голомазов. – Москва: РГАФК, 2012. - 181 с.

А.И.Соколов.

Дополнительная учебная литература

Годик М.А., Мосягин С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 12-14 лет. Научно- методический отдел РФС, ООО«Спринт», 2015г.-138с.

Годик М.А., Мосягин С.М. Поурочная программа подготовки юных футболистов 15-16 лет. НМО РФС, ООО «Спринт», 2015- 125с.

Лексаков А.В., Полишкис М.М. Комплексы упражнений для тренировки молодых футболистов 14-16 лет, РФС, ООО «РА Квартал», 2015г-144 стр.

Интернет-ресурсы

Электронное учебно-методическое пособие по футболу – <http://shmotof.ru> .ru»

Youtube.com- «YouTube» -видеохостинг

Все о футболе. Техника футбола. Тактика. Упражнения.-okafish.ru»Футбол

Книги для футбольных тренеров - SoccerCoach- [http:// SoccerCoach.ru](http://SoccerCoach.ru)

Учебно-методическое пособие. –<http://amfr.ru>»[amfr/docs/lib.html](http://amfr.ru/docs/lib.html)

Футбол тренировка. Методика организации занятий.-[youtube.com](http://youtube.com/watch?v=anPtsjJR1-A)»[watch?v=anPtsjJR1-A](http://youtube.com/watch?v=anPtsjJR1-A)

Методика и планирование футбольных тренировок...-FootballTrainer.ru»

Информационно-методический портал «Доброобразование» <http://dopedu.ru/> , эл. почта info@dopedu.ru

Информационно-методический журнал «Внешкольник» <http://vneshkolnik>

Содержание и методики построения занятия по мини-футболу.-
<http://bibliofond.ru/view.aspx?id=601156>

Сайт Дюцовец <https://straumedet.wixsite.com/ducovec/>

